

COMPARACIO DE UNA ACTIVITAT EN
EDUCACIO FISICA DE BASE I EN
EDUCACIO FISICA TRADICIONAL

Exemple a través de l'iniciació
d joc amb conceptes en BASKETBALL

1^{er} treball EFB (1^{er} trimestre 1986)

David Ribera Nebot

3^o B INEF Curs 86-87

Assignatura = EFB

Professor: Fco. Serrullo Vargas

INEF Ben

INTRODUCCIO

A Europa, fins els anys 70, la única alternativa educativa dins l'àmbit escolar era la Educació Física Tradicional. En front aquesta opció hiper-esportiva apareix, a finals dels 70 i ala Universitat de Lovaina, l'E.F. de Base presentant com a objectiu últim a la persona de l'alumne, i com a únic mitjà el moviment amb unes connotacions especials.

Aquí intentarem fer una comparació entre el tractament que li donaria a una mateixa activitat l'E.F. Tradicional i l'E.F. de Base; per així comprendre millor les seves diferències.

Per a dita comparació, s'ha triat una possible progressió d'una tàctica col·lectiva ofensiva per jugadors de Bàsquet. Així doncs, anirem analitzant paral·lelament alguns sistemes tàctics basats en els mateixos elements tècnics. Val a dir, també, que s'escolliran uns "sistemes tàctics" per representar a l'E.F. de Base que suposo que seran vàlids; i són una còpia dels que varen començar a realitzar fa un any l'equip ara Cadet del SAS de Síria. Els que representaran a l'E.F. Tradicional seran una simple invenció.

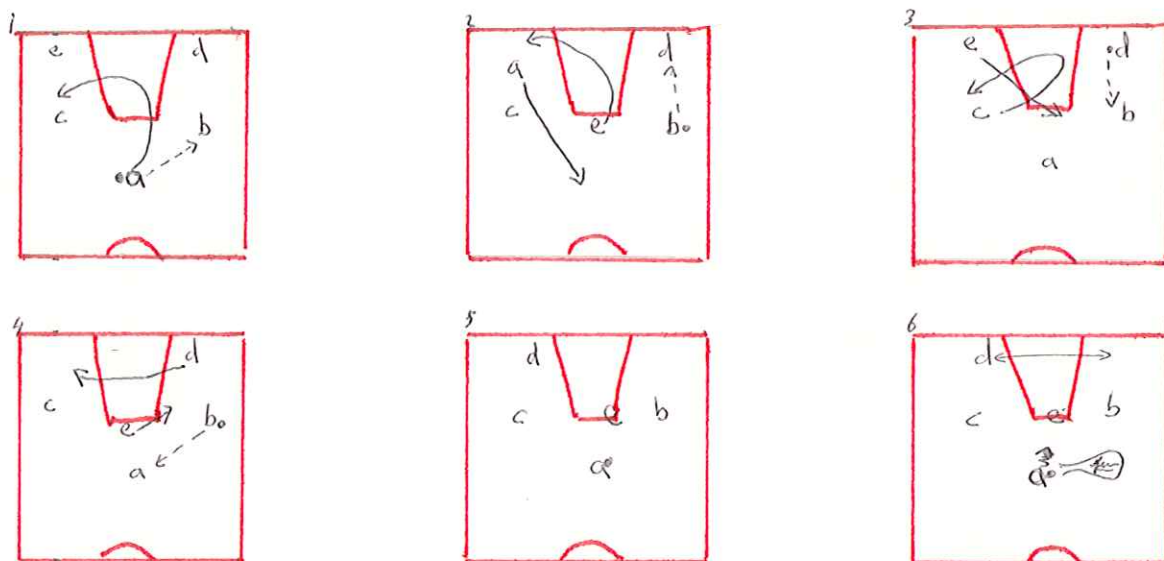
EDUCACIÓ FÍSICA TRADICIONAL ("Passar i tallar")

Com a primera fase de la progressió es proposa un sistema en el qual l'element fonamental sigui el tall.

Aquí qualsevol sistema que inclogui el tallar com a punt principal pot servir d'exemple. Però perquè representi a aquesta E.F. Trad. requereix que en ell estigui tot establert, és a dir, que tot el que hagi de fer un jugador ja estigui determinat.

Aquí no es juga amb conceptes, sino que a cada jugador se li encarrega una funció i uns tipus de moviments que per a cada situació d'atac seran els mateixos.

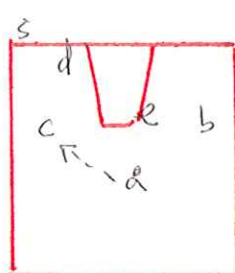
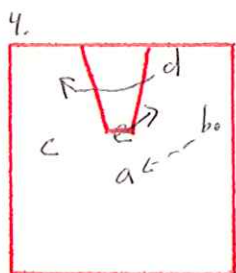
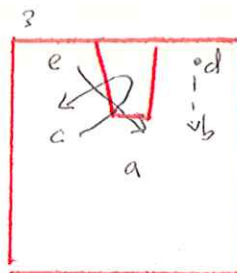
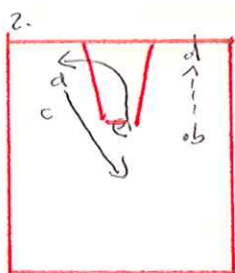
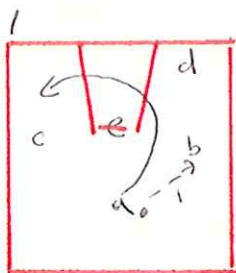
De totes maneres posarem un simple exemple, entre molts altres:



- I ara, per exemple: - Si el jugador a diu 1 vol dir que el d haurà d'estar al costat dret per començar per allà.
- Si diu 2 voldrà dir que haurà d'estar al costat esquerre.

EDUCACIO FISICA TRADICIONAL ("passar i blocar")

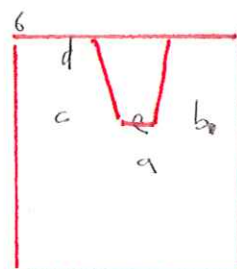
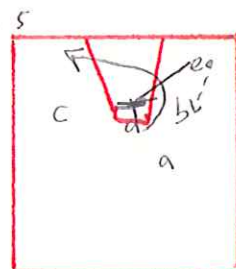
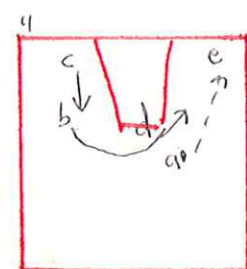
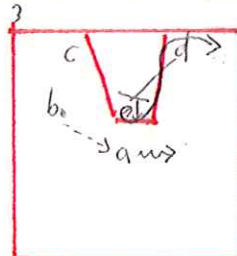
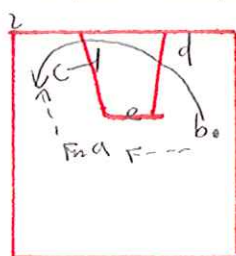
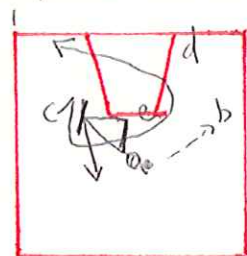
Exposa ja directament un dels molts possibles exemples:



Comença per l'altre costat ara.
Es poden numerar, per senyalar, etc...

EDUCACIO FISICA TRADICIONAL ("passar i blocar i tallar")

Exposao també un simple exemple dels molts possibles:



Es poden continuar per l'altre costat &...
.....

• Fases més avançades d'aquestes maneres de jugar seria la inclo-
sió de més moviments i/o moviments més complexos aprofitant més la
especificitat de cad. jugador.

EDUCACIO FISICA DE BASE ("Passar i tallar")

• Definiríem uns principis generals:

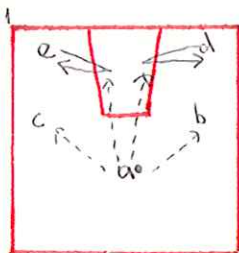
- Sempre tinc la possibilitat de jugar un 1x1 desde qualsevol de les posicions.
- Sempre tinc la possibilitat de tirar.
- " " " " " " passar a qualsevol dels 5 jugadors.
- Puc aconsellar a companys moviments d'interès per l'equip.
- Puc realitzar qualsevol acció de desmarc.
- Col·locació: Ben distribuïts per l'espai.
- I com a punt important en què qual es basa la manera de jugar: puc tallar per davant o darrera el defensor. (que és acció desmarc).

• Definim un concepte:

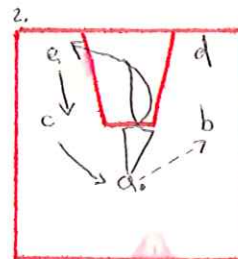
- Després de cada passe: tallo cap al costat contrari al qual he passat.

• Exemple aplicant el concepte per la majoria de situacions:

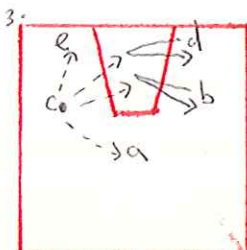
Exposaré un exemple possible amb les distribucions dels jugadors més "normals" i potser les més aconsellables en les primeres etapes de la iniciació; però qualsevol altre col·locació podria ser vàl·lida sempre i quan fos acceptada pels jugadors.



1. a: pot passar a d o e per realitzar un 1x1 (per ex.) prop de canasta.
- pot passar a c o b per tallar.

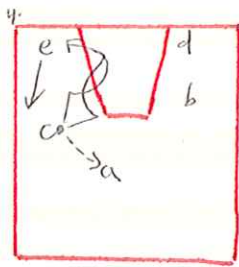


2. Veiem aquí la 1ª aplicació del concepte: a passa a b i talla cap el costat contrari, quedant-se abaix al lloc de e. Els demés ocupen les posicions buides per tornar a la col·locació de partida i per fer tots juguin a tots els llocs. A més, podem dir que són moviments d'intuïció.

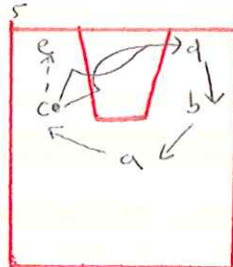


3. Si té la pilota b o c, serà el mateix però per diferent costat.
d i b: mov. per rebre prop de canasta.

⇒

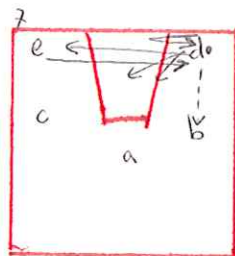
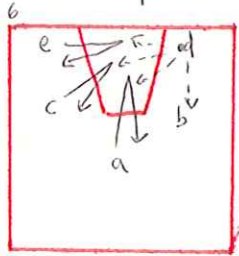


Si e passa a a



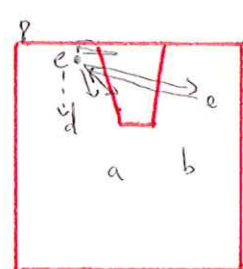
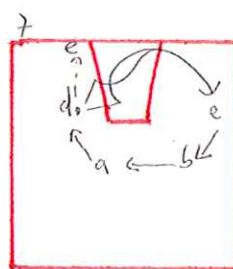
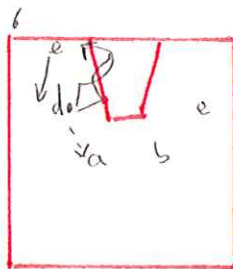
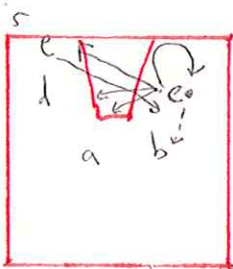
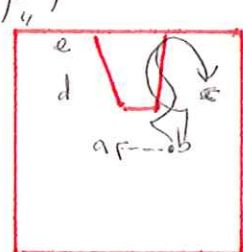
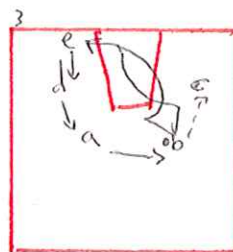
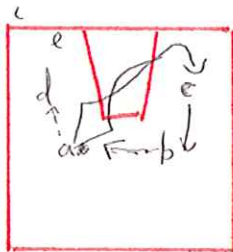
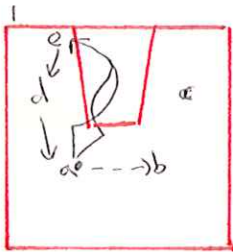
Si e passa a e .

Si te la pilota e o d , te' serà el mateix però per diferent contact.



d pot fer qualsevol mov. de flabris o pot canviar-se de posició amb e , (per exs) o amb qualsevol altre company.

Amb 2 jugadors a dalt, seria el mateix: (per abreviar no definiré les possibilitats de passe, ja que són lògiques)



Una fase més avançada del "passar i tallar" seria l'incloure després de cada passe 2 tallis simultanis o successius i utilitzant el mateix concepte amb les corresponents modificacions.

EDUCACIO FISICA DE BASE ("passar i blocar")

Els principis generals són els mateixos que en el "passar i tallar" i només cal afegir-hi els bloquejos.

•Conceptes:

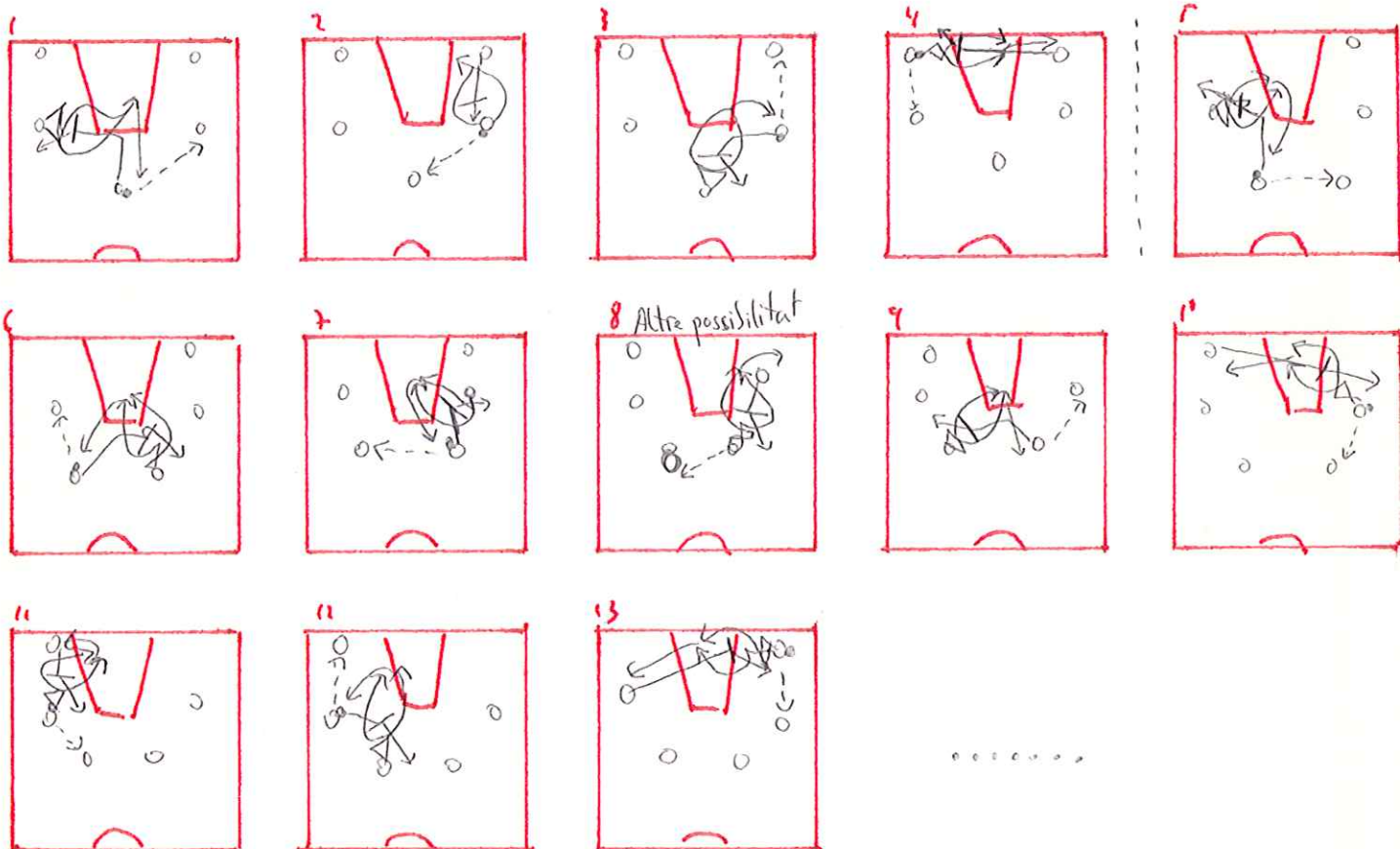
Per poder fer varis tipus de bloqueix i donar més varietat definim dos conceptes en funció del sentit i/o direcció del passe:

-Si el passe és horitzontal o de dalt cap a baix vaig a blocar cap el costat contrari del passe.

-Si el passe és de baix cap a dalt em venen a blocar desde el costat contrari a on he passat.

•Exemples aplicant els conceptes per a varies situacions:

Exposarem, igual que abans, les distribucions més normals. També exposaré les possibilitats de passe en cada situació.



Una fase més avançada d'aquest passar i blocar seria el fer per a cada passe 2 bloquejos simultanis o succesius, fent servir els mateixos conceptes per exemple.

EDUCACIO FISICA DE BASE ("passar i blocar o tallar")

Mateixos principis generals podent fer bloquejos i talls.

Conceptes:

-Després de passar tallo o bloquejo (en funció caract. passe).

No exposaré cap exemple ja que és una combinació dels dos anteriors. És a dir, després de passar puc tallar seguint els conceptes de "passar i tallar" o puc bloquejar seguint els conceptes de "passar i blocar".

Una fase més avançada seria la inclusió del doble tall o doble bloqueig simultani o succesiu; o també un tall i un bloqueig per a cada passe.

I per últim, assenyalar que aquestes maneres de jugar, a part de un major desenvolupament de la intel·ligència, fa que tots els individus juguin a tots els llocs no havent-hi especialització amb lo que la riquesa és major.

COMENTARI

Què es busca amb aquesta manera de jugar de l'E.F.Tradicional? Es busca un aprofitament de les capacitats de cada jugador en un lloc i unes accions determinades les quals s'intenta que s'arribin a automatitzar amb lo que el rendiment serà major.

Amb aquesta automatització i limitació a l'hora de jugar aconseguim que se jugui sense pensar, sense desenvolupar à sense fer servir la intel·ligència, i pel contrari desenvolupant la monotonia en front la gran varietat de possibilitats que porta implícita els esports d'equip i en aquest exemple el Bàsket.

És una opció que intenta aprofitar al màxim les capacitats de cada jugador per obtenir el màxim rendiment i és una opció utilitzada per una gran majoria d'"Entrenadors" a tots els nivells i categories.

Sí, a l'àmbit de l'iniciació es ortiva tothom diu més o menys: no especialització, creativitat, intel·ligència, bons fonaments, etc.. Però: quans són conseqüents amb aquestes paraules? quans trenquen amb els models que només busquen el rendiment?. Si som realistes veurem que és la escassa minoria. Al individu que an va a jugar a un esport se'l sol tractar com a professional de dit esport; i un esport no ho és tot a la vida d'un individu, i menys a la vida d'un nen; en un principi un esport ha de ser un mitjà per gaudir del moviment que en un futur podrà arribar a pendre d'altres connotacions.

Si analitzem, ara, una mica aquesta segona opció que seria la representant de l'E.F.de Base veurem que té característiques força diferents. Fa jugar pensant, estudiant en cada situació què és millor fer en funció de les circumstàncies i només amb la limitació que pot comportar el concepte definit que serveix per que hi hagi un mínim d'organització.

Així doncs, amb aquesta segona opció podem dir que comencem a formar un jugador intel·ligent. Veiem que un individu amb pilota o sense té varies possibilitats d'acció i sap que després d'elegir-ne una tornarà a tenir varies opcions. I això és el que fa que ell hagi de decidir què fer i en quin moment, hagi de pensar i així es vagi formant de manera intel·ligent.

Abreviant: busca gran varietat i llibertat per a desenvolupar: la "no especialització", intel·ligència, creativitat,

En els esports d'equip es presenten multitud de situacions diferents que hauran de resoldre's per iniciativa pròpia i aquesta no podrà aflorar si no s'ha potenciat la creativitat que es desenvolupa al pensar per un mateix i no per uns automatismes tancats carents de llum pròpia, que no fan altre cosa que estandaritzar els moviments. Per això, cal decantar-se per aquesta 2ª opció (representant de l'E.F. de Base): intel·ligència, creativitat, autodescobriment,

Aunque este es el concepto,
no es este el momento de
hablar de esta realidad.
El trabajo es bien, y la
concepción del problema
es correcta. X. 86.

Uly

